

Rekommendationer för bra och säker verksamhet inom PRO, Pensionärernas riksorganisation

Det finns ett uppdämt behov av och en stor längtan bland PRO:s medlemmar att få umgås. Under våren och sommaren har föreningar och distrikt kunnat arrangera corona-säkra aktiviteter utomhus. Nu närmar sig hösten och kyligare temperaturer. Det gör att behovet av att kunna träffas inomhus och oberoende av vädret växer.

För att främja social samvaro, motverka ofrivillig ensamhet och psykisk ohälsa behöver PRO komma igång med ordinarie verksamhet inomhus som studiecirklar, kurser, möten, kaféverksamhet, i mindre skala på ett corona-säkert sätt.

Oavsett de åtgärder som förening eller distrikt vidtar har varje enskild medlem ett eget ansvar för sitt deltagande.

Nedan finns rekommendationer som föreningar och distrikt måste förhålla sig till när verksamhet arrangeras. Det är verksamheterna själva som ansvarar för att aktiviteterna sker enligt [Folkhälsomyndighetens allmänna råd](#) och att föreningen/aktiviteten gör en lokal riskbedömning:

- Planera mötet i förväg och fundera över vad du som arrangör kan göra för att minska riskerna för smittspridning.
- Att träffas i mindre grupper inomhus går bra, men undvik sammanhang med många människor. PRO-aktiviteterna får inte omfatta fler än 50 deltagare (detta är inte en rekommendation, utan lagstiftning). Lokalerna måste dock vara så rymliga att ni kan sitta med två meters avstånd till varandra.
- Ordna lokalen så stolar/sittplatser har två meters avstånd från varandra.
- Om man har minsta symtom på sjukdom så ska man stanna hemma.
- Kaffe/fika kan med fördel dukas på platserna innan mötet.
- Förhindra att det blir trängsel vid kaffeautomat, toalett/kapprum samt in- och utpassering.

- Var noga med handhygienen. Tvätta händerna med tvål och vatten innan mötet börjar och innan ni ska fika eller äta tillsammans. Handsprit kan vara ett alternativ om tvål och vatten inte finns tillgängligt.
- Det är viktigt att transporter till och från aktiviteten är säkra. Bäst är att promenera, cykla eller använda egen bil. Lägg träffarna så att ingen behöver resa i rusningstrafik för att undvika trängsel i kollektivtrafiken.
- När det gäller körsång kan det finnas en ökad risk för smittspridning av covid-19. Det beror på att salivdroppar sprids med större kraft när man sjunger. Dessutom står man ofta tätt tillsammans inomhus och övar under lång tid, vilket bidrar till att risken för smitta ökar. Följ Folkhälsomyndighetens råd som du kan läsa på bifogad länk:
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/verksamheter/korverksamhet-under-covid-19/>

För frågor kontakta gärna förbundssekreterare Johanna Hållén,
johanna.hallen@pro.se